

寒さがようやく和らぎ、暖かくなってきましたが、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状に悩まされている人も多いのではないのでしょうか。アレルギー性鼻炎のなかでも季節性のものを花粉症といいます。今回は花粉症についてご紹介します。

●アレルギー性鼻炎とは？

人の鼻では、侵入してきた特定の物質（抗原）を自分以外の物質（異物）と判断すると、それを無害化しようとする反応（抗原抗体反応）が起こります。その結果、くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状が出てくる病気をアレルギー性鼻炎と言います。

アレルギー性鼻炎は決まった季節だけに鼻の症状がおきる季節性アレルギー性鼻炎と、一年を通じておきる通年性アレルギー性鼻炎に分けられ、**花粉症は季節性アレルギー性鼻炎の代表的な病気です。**ただし、花粉症では鼻炎の他にも、結膜炎や咽頭炎など鼻以外のアレルギー性炎症もおこります。

●花粉症の原因

花粉症の約70%はスギ花粉症だと推察されます。これは日本の国土に占めるスギ林の面積が大きく、全国の森林の18%、国土の12%を占めているためでもあります。しかし、北海道にはスギ花粉飛散は極めて少なく、沖縄にはスギが全く生息しません。地域によって多い花粉や飛散時期は異なります。

主な花粉の飛散時期



●花粉症はどうして起こるのか？

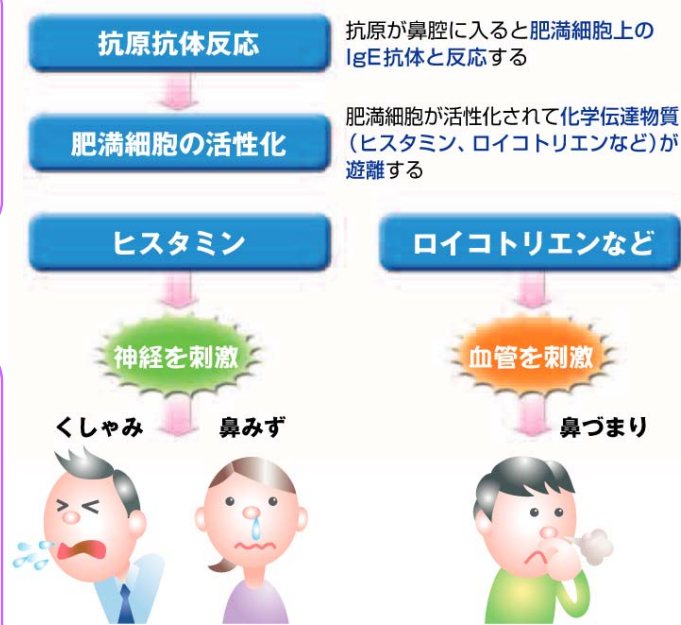
感作

抗原が鼻に入ると、身体の中に抗体（IgE抗体）がつくられ、これが鼻の粘膜の肥満細胞というアレルギーを起こす細胞について感作が成立します。スギ花粉やダニでは約50%の人が感作されています。

発症

感作された人の約50%に症状が発現し、それを発症と言います。どのような人が発症するかについては、患者さんの内的因子（遺伝的素因）や外的因子（大気汚染や花粉飛散量など）が考えられますが、はっきりと証明されたものは現在のところありません。

●症状の起こり方



●花粉症の治療について

対症療法（症状をおさえる）

薬物療法

①ケミカルメディエーター遊離抑制薬

肥満細胞からのケミカルメディエーター（ヒスタミン、ロイコトリエンなどの化学伝達物質）遊離を抑える薬です。

②抗ヒスタミン薬

ヒスタミンが神経に作用する受容体をブロックします。主にくしゃみ・鼻水に効果があります。

③抗ロイコトリエン薬、抗トロンボキサンA₂薬

ロイコトリエン、トロンボキサンが作用する受容体をブロックします。また、トロンボキサンの生成を抑えます。鼻づまりに効果があります。

④Th2 サイトカイン阻害薬

IgE抗体をつくるものとの細胞（Th2リンパ球）に作用して、抗体をつくりにくくする効果があります。

⑤ステロイド

点鼻薬と飲み薬があります。くしゃみ、鼻水、鼻づまりに効果があります。点鼻薬は定期的に使用しないと効果が十分に発揮されません。ステロイド薬としての副作用はほとんどありません。飲み薬は抗ヒスタミン薬との合剤がよく用いられます。よく効く薬ですが、ステロイド薬としての副作用がありますので、短期間（1～2週間を限度として）の使用にとどめます。

手術

鼻づまりの強い人に対して、鼻の粘膜を切除して小さくするのが基本です。レーザー手術が主流で、比較的簡単にできます。粘膜の表面を焼くと反応が弱くなることから、くしゃみ、鼻水にも適応が広がりましたが、再発もみられます。

根治療法（花粉症をなおす）

抗原の除去と回避

室内を清潔にする、スギ花粉を回避するためにメガネやマスクを着用するなどアレルギーの原因となる抗原を遠ざける方法です。

減感作療法

原因となっている抗原を、少しずつ量を増やしながら投与していく方法です。皮下投与と舌下投与があります。ショックなどの副作用がごくまれにありますので、注意深く反応を観察しながら行います。抗原に対する反応を弱めていく方法ですので、長期間、2～3年の治療が必要ですが、アレルギー症状が治まる方もおられます。症状が軽くなったり、なくなったりする方を含め、約70%に有効とする報告があります。

<参考>日本耳鼻咽喉学会、的確な花粉症の治療のために-厚生労働省、アレルギー性鼻炎ガイド-日本アレルギー協会

